

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak hingga dewasa. Pada masa remaja mengalami perubahan seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial (Batubara, 2010). Pada masa remaja perubahan fisik terdapat perubahan struktur tubuh pada masa anak-anak menuju masa dewasa yang sering disebut dengan masa pubertas. Pada masa remaja sangat cepat terjadi perubahan dalam organ reproduksi terutama pada perempuan (Latifah *et al.*, 2016). Menstruasi yang terjadi pertama kali pada perempuan memasuki masa pubertas sering disebut dengan manarche yang biasanya rata-rata usia 12-15 tahun. Kehidupan reproduksi perempuan dimulai pada saat manarche dan berhenti pada menopause (Alam *et al.*, 2015).

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ
حَتَّى يَطْهَرْنَ ۚ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ
الْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

Artinya: “Dan mereka menanyakan kepadamu (muhammad) tentang haid. Katakanlah, itu adalah suatu yang kotor. Karena itu jauhilah istri pada waktu haid dan jangan kamu dekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang mensucikan diri”.

Menstruasi adalah pendarahan secara periodik dan siklis dari uterus disertai peluluhan endometrium. Dimulai pada hari ke 14 sejak terjadinya ovulasi (Aryulina dkk., 2007). Menstruasi biasanya terjadi selama 3-7 hari (Simbolon *et al.*, 2016). Dengan siklus yang normal rata-rata sekitar 21-35 hari setiap bulannya (Sinaga *et al.*, 2017). Jumlah menstruasi 80 ml. Faktor yang sering berperan dalam keteraturan dan aliran siklus menstruasi perempuan antara lain adalah perubahan hormonal, genetik, kondisi medis yang serius dan indeks massa tubuh. Ketika ada perubahan di dalam tubuh maka akan membawa masalah pada perempuan terutama terkait pada menstruasi. Hal tersebut mempengaruhi kualitas hidup remaja tersebut (Abdella *et al.*, 2016).

Pada masa remaja ini dengan kegiatan yang padat yang membuat energi yang dibutuhkan banyak sehingga membuat remaja tidak menyeleksi dan mengontrol makanan yang masuk didalam tubuh sehingga membuat gizi yang dimakan tidak seimbang. Kebanyakan dari para remaja senang mengkonsumsi makanan cepat saji (*junk food*) yang praktis dan mudah didapatkan dimana saja. Makanan cepat saji (*junk food*) mengandung lemak yang tinggi, sodium dan lemak jenuh yang tidak cocok bagi kesehatan. Makanan cepat saji (*junk food*) juga mengandung tinggi gula, lemak dan kalori tapi rendah nutrisi, kekurangan vitamin dan mineral. Mengonsumsi makanan cepat saji (*junk food*) yang berlebihan akan memicu seperti stroke, obesitas dan gangguan pencernaan. Selain itu juga dapat meningkatkan masalah menstruasi, seperti menarche dini, haid tidak teratur, dismenore dan menstruasi yang berlebihan.

Faktanya makanan cepat saji (*junk food*) tidak hanya merusak tubuh dan kesehatan (Shinde *et al.*, 2017).

Indeks massa tubuh adalah pengukuran untuk proposional tubuh untuk mengukur presentase lemak dalam tubuh. Tapi sebenarnya tidak untuk mengukur presentase lemak hanya digunakan untuk memperkirakan berat badan yang sehat sesuai dengan tinggi badan untuk mengidentifikasi masalah berat badan. Kegemukan pada wanita membawa sel-sel ekstra yang memiliki efek estrogen pada kelenjar. Dengan memiliki indeks massa tubuh yang tinggi maupun rendah menyebabkan gangguan menstruasi, haid tidak teratur dan nyeri haid (Samir *et al.*, 2012).

Gangguan menstruasi dapat terjadi karena banyaknya darah dan lamanya menstruasi, kelainan siklus menstruasi, pendarahan diluar haid dan gangguan yang berhubungan dengan haid (Sari, 2013). Siklus menstruasi adalah waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya (Sitoayu *et al.*, 2017). Siklus menstruasi pada wanita tidak selalu normal, banyak wanita yang mengalami gangguan pada siklus menstruasi antara lain siklus memanjang atau lebih dari 35 hari (*oligomenore*), siklus menstruasi yang pendek kurang dari 21 hari (*polimenore*), tidak menstruasi selama 3 bulan berturut-turut (*amenore*) (Irianto, 2015).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Thapa dan Shrestha (2015) dan Hassan (2016) bahwa terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi yang tidak normal seperti polimenorea, oligomenorea dan

amenorea. Indeks massa tubuh memainkan peran sangat penting untuk mengatur siklus menstruasi.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul “ hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada mahasiswi KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka rumusan masalah yang dapat peneliti susun adalah apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada mahasiswi KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasipada mahasiswi KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi indeks massa tubuh pada mahasiswi KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi siklus menstruasi pada mahasiswi KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta.

- c. Untuk mengetahui kekuatan hubungan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang dapat diperoleh dari penelitian ini ditujukan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Sebagai salah satu masukan dan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan
- b. Sebagai sarana pengembangan ilmu kesehatan reproduksi.
- c. Sebagai bahan acuan atau bahan perbandingan bagi mereka untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai fisioterapi memberikan sumber informasi dan bahan masukan untuk meningkatkan mutu dan kualitas pendidikan serta kesehatan antara indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada mahasiswa KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta.

- b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat (mahasiswa) dalam menambah pengetahuan dan wawasan, sebagai bahan evaluasi mahasiswa dalam mengetahui hubungan antara indeks

massa tubuh dengan siklus menstruasi pada mahasiswa KH Mas Mansyur universitas muhammadiyah surakarta.

c. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti diharapkan dapat digunakan sebagai sumber bahan dalam penelitian yang sama.